BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. BODY IMAGE

1. Pengertian *Body Image*

Disadari atau tidak manusia akan selalu menilai perasaan dirinya sendiri. Di dalam menilai dirinya sendiri, bangga, puas dan bahagia akan muncul, apabila orang tersebut memberitahukan penilaian terhadap dirinya akan mempengaruhi kehidupan sehari-hari lebih jauh diungkapkan. Orang akan menggunakan ukuran yang objektif sebagai dasar penilaiannya. Selama ada penilaian untuk melakukan hal itu jika kemungkinan itu tidak ada maka, pada umumnya orang akan menggunakan kesan penilaian dari orang lai sebagai ukuran dalam memandang dirinya.

Kartono dan Dali mengatakan bahwa *body image* merupaka suatu citra mental mengenai dirinya sendiri (Kartono, Dali. 1987).Menurut Chaplin*body concept or body image* (konsep tubuh atau gambaran tubuh)adalah ide seseorang mengenai betapa penampilan badannya dihadapan orang (bagi) orang lain. Kadang kala dimasukkan pula konsep mengenai fungsi tubuhnya (Chalpin, 1999).

Hurlock, 1978, mendefinisikan *body image* sebagai cara seseorang mempersepsikan tubuhnya sehubungan dengan ideal yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dimilikinya. Pada suatu kebudayaan setempat dan dalam hubungan dengan cara orang lain menilai tubuh yang dimilikinya (Hurlock, 1978).

Menurut Cash (2002 dalam Grogan, 2000) pembentukan *body image*merupakan hasil dari timbal balik antara peristiwa di lingkungan sekitar kognitif, afektif proses fisik dan perilaku individu. Gambaran tubuh terdiri dari hubungan pribadi individu dengan tubuhnya sendiri yang mencakup persepsi pikiran, perasaan, dan tindakan yang berhubungan dengan penampilan fisik yang dikonseptualisasikan terdiri dari empat yaitu persepsi, kognisi, afeksi, dan perilaku.

Berdasarkan definisi di atas dapat disimpulkan bahwa gambaran tubuh merupakan perasaan, pengalaman, sikap dan evaluasi yang dimiliki seseorang mengenai tubuhnya yang meliputi bentuk tubuh, ukuran tubuh, dan berat tubuh yang mengarah kepada penampilan fisik yang bersifat positif dan negatif.

2. Kategori *Body Image*

a. Body image positif

Orang yang memiliki *body image*positif akan cenderung merasa puas terhadap kondisi tubuhnya, memiliki harga diri yang tinggi, penerimaan jati diri yang tinggi, rasa percaya diri akan kepedulian terhadap kondisi badan dan kesehatannya sendiri, serta adanya kepercayaan diri ketika menjalani hubungan dengan orang lain (Irianita, 2007).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Persepsi yang tepat dan benar terhadap bentuk tubuh diri sendiri, menghargai bentuk alamiah merasa gembira dan menerima tubuh sebagai sesuatu yang unik menolak memikirkan hal-hal yang tidak masuk akal (seperti: khawatir terhadap makanan, berat badan, dan kalori), merasa nyaman dan percaya diri dengan tubuh yang dimiliki (Halil, 2007).

b. *Body image* negatif

Orang yang memiliki *body image*yang negatifakan cenderung merasa tidak puas atau malu terhadap kondisi tubuhnya sehingga tidak jarang menimbulkan depresi, memiliki harga diri yang rendah atau bahkan merasa dirinya tidak berharga (Irianita 2007).

Mengalami distorsi persepsi terhadap bentuk tubuh sendiri, meyakini bahwa orang lain lebih menarik, merasa ukuran atau bentuk tubuh adalah pertanda dari kegagalan personal merasa malu, merasa cemas terhadap tubuh, merasa tidak nyaman dan merasa aneh dengan tubuh yang dimiliki (Halil, 2007).

3. Aspek-Aspek *Body Image*

Menurut Cash (2002, dalam Gragon, 2000).Pada saat ini pengukuran terhadap *body image*berkembang pada bentuknya yang multidimensional.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

a. Persepsi

Dimensi ini menjelaskan mengenai bagaimana individu memiliki, ukuran, bentuk, dan berat tubunya yang ideal.Pemahaman mengenai persepsi pada konsep *body image* termasuk mengukur estimasi bagian-bagian tubuh secara keseluruhan.

b. Afeksi.

Dimensi ini menjelaskan mengenai perasaan yang dialami individu terkait dengan kondisi tubuhnya.Perasaan tersebut terkait dengan kondisi penampilan dan bentuk tubuh individu.Afeksi menunjukkan bagaimana perasaan seseorang terhadap penampilan tubuhnya.

c. Kognitif

Komponen kognitif menjelaskan mengenai penampilan tubuhnya. Komponen ini menunjukkan sikap yang lebih jauh dari sekedar merasakan, individu pada tahap ini mulai merencanakan apa yang harus dia lakukan untuk mencapai bentuk dan bnetuk penampilan yang ideal.

d. Perilaku

Dimensi perilaku tetap termasuk dalam konsep *body image*.Dalam pengukuran yang dilakukan terhadap dimensi perilaku pada *body image* memiliki keterkaitan dengan berat badan, sehingga item yang muncul terkait dengan upaya-upaya dalam

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menjaga barat badan seperti melakukan puasa, diet, dan bahkan penggunaan obat penurunan (Rosa, 2013).

Cash 2002, mengemukakan adanya lima dimensi gambaran tubuhyaitu;

a. *Appearance evaluation* (evaluasi penampilan), yaitu mengukur evaluasi dari penampilan dan keseluruhan tubuh, apakah menarik atau tidak menarik serta memuaskan dan tidak memuaskan
b. *Appearance orientation* (orientasi penampilan), yaitu perhatian individu terhadap penampilan dirinya dan usaha yang dilakukan untuk memperbaiki dan meningkatkan penampilan dirinya.
c. *Body area satisfaction* (kepuasan bagian tubuh), yaitu mengukur kepuasan individu terhadap bagian tubuh secara spesifik, seperti wajah, rambut, tubuh bagian bawah (pantan, paha, pinggul, kaki), tubuh bagian tengah (pinggang, perut), tubuh bagian atas (dada, bahu, lengan),dan penampilan secara keseluruhan.
d. *Ovewweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk), yaitu mengukur kecemasan rhadap kegemukan, kewaspadaan individu terhadap berat badan, kecenderungan melakukan diet untuk menurunkan berat badan dan membatasi pola makan.
e. *Self-classified weight* (pengkategorian ukuran tubuh), yaitu mengukur bagaimana individu mempersepsi dan menilai berat badannya dari sangat kurus sampai sangat gemuk (Cash, 2002).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perkembangan *Body Image*

Beberapa ahli menyatakan bahwa *body imaga* dipengaruhi oleh beberapa faktor. Faktor-faktor yang mempengaruhi *body image* adalah sebagai berikut:

a. Jenis kelamin

Cash dan Puzinsky. 2002 mengatakan bahwa jenis kelamin merupakan faktor yang mempengaruhi dalam perkembangan tubuh seseorang. Dacey dan Kenny. 1999 juga sependapat bahwa jenis kelamin mempengaruhi *body image*. Ketidakpuasan terhadap tubuh lebih banyak dialami oleh rmaja perempuan daripada remaja lakilaki.Pada umunya, remaja perempuan lebih kurang puas dengan keadaan tubuhnya dan memiliki lebih banyak *body image* yang negatif, dibandingkan dengan remaja laki-laki selama masa pubertas. Hal tersebut di karenakan pada saat mulai memasuki masa remaja, seorang perempuan akan mengalami peningkatan lemak tubuh yang membuat tubuhnya semakin jauh dari bentuk tubuh yang ideal, sedangkan remaja laki-laki menjadi lebih puas karena masa otot yang meningkat (Brooks Gunn & Psikoff dalam Santrock, 2003) ketidakpuasan terhadap *body image* pada remaja perempuan umumnya mencerminkan keinginan untuk menjual lebih langsing. Sedangkan pada remaja laki-laki ketidakpuasan terhadap tubuhnya juga timbul karena keinginan untuk menjadi lebih besar, lebih tinggi, dan berotot (Cash dan Puzinsky. 2002).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. Media Massa

Tiggemann,2001 (dalam Cash & Pruzinsky, 2002) mengatakan bahwa media yang muncul dimana-mana memberi gambaran ideal mengenai figure perempuan dan laki-laki yang dapat mempengaruhi *body image* seseorang. Media massa menjadi pengaruh yang paling kuat dalam budaya sosial.

Anak-anak dan remaja lebih banyak menghabiskan waktunya dengan menonton televisi.Konsumsi media yang tinggi dapat mempengaruhi konsumen. Isi tanyangan media sering menggambarkan bahwa standar kecantikan perempuan adalah tubuh yang kurus dalam hal ini berarti dengan level kekurusan yang dimiliki, kebanyakan perempuan percaya bahwa mereka adalah orang-orang yang sehat. Media juga menggambarkan gambaran ideal bagi laki-laki adalah dengan memiliki tubuh yang berotot.

c. Keluarga

Menurut teori *social learning*, orang tua merupakan model yang penting dalam proses sosialisasi sehingga mempengaruhi *body image* anak-anaknya melalui *modeling, feedbeck* dan instruksi. Fisher, dan Stark menyatakan bahwa *body image* melibatkan pertimbangan *figure* orang tua terhadap jenis kelamin bayinya dan bagaimana wajah bayinya kelak.Ketika bayinya lahir, orang tua menyambut bayi tersebut dengan persamaan antara bayi

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

ideal yang mereka harapkan dengan penampilan bayi sebenarnya.Kebutuhan emosional bayi adalah disayangi lingkungan yang dapat mempengaruhi harga diri seseorang. Harapan fisik bayi oleh orang tua juga sama seperti harapan anggota keluarga lain yaitu tidak cacat tubuh (Andea, 2010).

d. Hubungan interpersonal

Hubungan interpersonal membuat seseorang cenderung membandingkan diri dengan orang lain dan *feedbeck* yang diterima mempengaruhi konsep diri termasuk mempengaruhi bagaimana perasaan terhadap penampilan fisik. Hal inilah yang sering membuat orang merasa cemas dengan penampilannya dan gugup ketika orang lain melakukan terhadap dirinya. Rosen dan koleganya (dalam Cash & Purzinsky, 2002) menyatakan bahwa *feedback* terhadap penampilan dan kompetisi teman sebaya dan keluarga dalam hubungan interpersonal dapat mempengaruhi bagaimana dan perasaan mengenai tubuh.

Menurut Dunn & Gokee (1998, dalam Cash Purzinsky, 2002) menerima *feedback* mengenai penampilan fisik berarti seseorang mengembangkan persepsi tentang bagaimana orang lain memandang dirinya. Keadaan tersebut dapat membuat mereka melakukan perbandingan sosial yang merupakan salah satu proses pembentukan dalam penilaian diri mengenai daya tarik fisik.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Body image yang berkaitan dengan sifat-sifat fisik dipengaruhi oleh faktor-faktor sebagai berikut;

a. Reaksi orang lain

Rekasi dari figure yang memiliki arti bagi individu yang seringkali muncul akan mempengaruhi bentuk *body image* yang dimiliki dari individu.

b. Pembanding dengan orang lain

Body image yng terbentuk sangat tergantung dari bagaimana cara individu membandingkan dirinya dengan orang lain. Biasanya padaorang-orang hampir serupa dengan dirinya, misalnya individu sering kali membandingkan dirinya dengan saudaranya lebih tampan atau lebih cantik secara terus menerus akan mengalami kondisi yaitu individu tersebut menganggap baha dirinya adalah individu yang jelek.

c. Identifikasi terhadap orang lain

Individu yang mengalami suatu tokoh yang dianggapnya ideal maka seringkali individu tersebut meniru tokoh seperti cara-cara berdandan, potongan rambut dan lain-lain.

d. Peran seseorang

Setiap orang memiliki peran yang berbeda-beda dan diharapkan dapat bertindak sesuai dengan peran yang dimilikinya misalnya pada seorang guru dan seorang foto model, dua profesi yang berbeda dengan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

tuntutan serta penghayatan peran yang berbeda pula. Oleh sebab itu, gangguan pada kondisi fisik akan mempunyai afeksi yang berbeda terhadap body image yang ada misalnya jerawat lebih menganggu *body image* seorang model dari pada guru.

e. Perkembangan *body image*

Pada saat individu kanak-kanak telah mempunyai suatu body image yang ideal menurut dirinya.Body image ideal yang memiliki individu saat itu biasanya bersiat realistis, sejalan dengan pertumbuhan fisik yang terjadi dan juga semakin luasnya pengalaman-pengalaman yang didapatkannya. Maka nilai ideal *body image* yang terbentuk masa kanak-kanak akan berubah, tetapi biasanya bagianbagian yang esensial akan terus menetap. Contoh dalam suatu lingkungan lebih ditekankan arti kecantikan wajah merupakan hal yang lebih diutamakan, sedangkan dalam lingkungan yang lain lebih mementingkan soal kelangsingan tubuh dari kecantikan dan berarti individu dalam keluarga tersebut akan tetap mengutamakan kelangsingan tubuh.

Body image khususnya dipengaruhi oleh pemikiran mengenai apakah yang dimaksud dengan kecantikan dan keburukan. Kedua konsep ini relatif berbeda-beda menurut nilai kebudayaan setempat, pemilihan karakteristik yang mendekati ideal akan dipengaruhi pula pembentukan *body image* pada individu (Hardy, 1998).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Kondisi fisik yang dapat dimiliki dapat memberikan suatu citra tertentu. Adapun karakteristik fisik yang dijadikan sebagai kategori dalam pembentukan *body image* menurut Jersild adalah :

1) Karakteristik fisik meliputi
   a) Penampilan secara keseluruhan
   b) Ukuran dan berat badan
   c) Bentuk dan susunan tubuh
   d) Roman muka atau wajah
   e) Bagian tubuh dari pinggang ke atas
   f) Bagian tubuh bagian pinggang ke bawah
2) Penampilan dan kerapian
   a) Cara berpakaian
   b) Kerapian
   c) Cara berhias, penataan rambut dan potongannya
   d) Kesehatan dan daya tahan tubuh

B. *Social Comparison*

1. Pengertian *social comparison*

Menurut Jones (2001) s*ocial comparison*adalah penilaian kognitif seseorang mengenai atribut-atribut tertentu yang dimilikinya dibandingkan dengan atribut orang lain (Husni dan Indrijati, 2014).

Menurut Wood (1996) *social comparison*merupakan proses memikirkan informasi mengenai orang lain yang berhubungan dengan diri melalui serangkaian proses seperti mendapatkan informasi sosial,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

memikirkan informasi sosial dan bereaksi terhadap komparasi (Husni dan Indrijati, 2014).

Teori perbandingan (*social comparison*) adalah proses dimana orang dapat mengenal diri mereka sendiri dengan mengevaluasi sikap mereka sendiri, kemampuan, dan keyaninan dibandingkan dengan orang lain. Teori *social comparison* pertama kali disusun pada tahun 1954 oleh psikolog Leon Festinger. Dia percaya bahwa orang terlibat dalam proses perbandingan sebagai cara untuk membangun suatu acuan dimana orang tersebut dapat membuat evaluasi yang akurat dari dirinya sendiri.

Social comparison adalah proses seseorang membandingkan dirinya dengan orang lain dengan tujuan memperoleh penilaian yang lebih akurat mengenai dirinya dalam masyarakat .

Festinger.1952, mengatakan bahwa *social comparison*merupakan proses subjektif seseorang membandingkan kemampuan dan penampila dirinya dengan orang lain yang berada dalam lingkungannya. Semakin sering seorang wanita membandingkan tubuhnya dengan tubuh wanita lain menyebabkan merekasemakin tidak puas dengan tubuhnya (Tylka & Sabik, 2010). Hal ini sesuai dengan pernyataan Jones.2001, bahwa*social comparison*merupakan salah satu faktor yang cukup penting dalam pembentukan gambaran tubuh *body image* yang kemudian akan mempengaruhi kepuasan tubuh seseorang (Sunarto, Sukanto dan Dianovinina, 2012).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Teori *social comparison* Festinger dapat diringkas sebagai berikut:

a. Orang memiliki dorongan (hasrat) untuk mengevaluasi opini dan kemmapuannya secara akurat.
b. Karena tidak ada standart fisik langsung, orang mengevaluasi dirinya dengan membandingkan dirinya dengan orang lain.
c. Secara umum, orang cenderung membandingkan dirinya dengan orang lain yang setara atau mirip dengan dirinya (Taylor & Shelly, 2009).

Kita selalu membandingkan diri kita dengan orang lain dan kelompok kita dengan kelompok lain. Hal-hal yang dibandingkan hampir semua yang kita miliki mulai dari status sosial, status ekonomi, kecantikan, karakter kepribadian dan sebagainya. Konsekuensi dari perbandingan adalah adanya penilaian sesuatu lebih baik atau lebih buruk dari yang lain. Melalui perbandingan sosial kita juga menyadari posisi kita di mata orang lain dan masyarakat. kesadaran akan posisi ini tidak akan melahirkan prasangka bila kita menilai orang relatif memiliki posisi yang sama dengan kita. Prasangka terlahir ketika orang menilai adanya perbedaan yang mencolok (Irawan, 2009).

Dari penjelasan definisi di atas dapat disimpulkan bahwa *social comparison* merupakan proses subjektif individu untuk membandingkan dirinya dengan orang lain. Pembanding akan bersifat membandingkan dengan orang yang lebih baik dengan dirinya dan membandingkan dengan orang yang lebih jelek darinya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Hal-hal yang di bandingkan

Ada dua hal yang diperbandingkan dalam hubungan ini yaitu

a. Pendapat (*opinion*)

b. Kemampuan (*ability*)

Walaupun proses perbandingan untuk kedua hal tersebut sama, namun ada juga perbedaan penting yang perlu diperhatikan. Pertama dalam perbandingan kemampuan terdapat dorongan searah menuju keadaan lebih baik atau kemampuan yang lebih tinggi (Sarwono, 170).

3. Jenis-jenis *social comparison*

Terdapat dua jenis *social comparison*yaitu:

a. *Upward comparison* adalah *social comparison* yang dilakukan individu dengan memiliki objek pembanding yang dianggap lebih baik daripada dirinya.

b. *Downward comparison* adalah *social comparison* yang dilakukan individu dengan memiliki objek pembanding yang dianggap lebih buruk daripada dirinya.

Festinger.1952, sendiri menyatakan bahwa orang lebih cenderung melakukan perbandingan yang bersifat *upward.* Perbadingan yang bersifat *downward* hanya dilakukan individu untuk membuat dirinya merasa lebih baik daripada orang lain (Sunarto, Sukanto dan Dianovinina, 2012).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

4. Tujuan *Social Comparison*

Festinger (1954) berpendapat bahwa akurasi adalah tujuan dari*social comparison*, namun pendapat itu ditentang.Sekarang ini tampak bahwa sosial dilakukan karena berbagai macam tujuan dan motif. Motif-motif ini secara umum sama dengan motif untuk mengatur diri, adalah sebagai berikut:

a. Evaluasi diri yang akurat. Seperti yang ditunjukkan oleh Festinger (1954) orang kadang-kadang menginginkan informasi yang benar tentang dirinya sendiri, meski informasinya buruk.
b. Self-enhancement. Orang mungkin lebih ingin membuat perbandingan demi menonjolkan dirinya sendiri, bukan demi evaluasi diri yang jujur.
c. Perbaikan diri. keinginan untuk memperbaiki diri atau meningkatkan diri bisa menyebabkan *upward comparison* (perbandingan sosial ke atas) dengan orang lain yang lebih sukses.
d. Pemahaman komuni. Banyak riset perbandingan sosial menegaskan bagaimana orang membandingkan karakteristik objektif dirinya dengan karakteristik orang lain yang menimbulkan evaluasi (Taylor & Shellay, 2009).

C. Hubungan antara *social comparison*dengan *body image*

Selain internalisasi media yang menyebabkan munculnya *body dissatisfaction* atau orang yang memiliki *body image* negatif pada wanita, tekanan dari orang-orang sekitar untuk menjadi kurus (Tylka dan Sabik,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2010) seperti halnya kebiasaan kuat dalam keluarga maupun lingkungan untuk senantiasa membanding-bandingkan individu orang lain (Gunawan, 2009) membuat para wanita semakin merasa tidak puas dengan bentuk tubuh yang dimiliki. Pembanding-pembandingan tersebut membuat wanita semakin sering mengamati tubuhnya dan sekaligus menstimulasi mereka untuk membandingkan tubuhnya dengan wanita lain yang disebut dengan perbandingan sosial (*social comparison*). *Social comparison*merupakan proses subjektif seseorang membandingkan kemampuan dan penampilan dirinya dengan orang lain yang berada dalam lingkungannya (Festinger, 1952). Semakin sering seorang wanita membandingkan tubuhnya dengan wanita lain menyebabkan mereka tidak puas dengan tubuhnya atau memiliki*body image* negatif (Tylka & Sabik, 2010). Hal ini sesuai dengan pernyataan Jones (2001) bahwa *social comparison*merupakan salah satu faktor yang cukup penting dalam pembentukan*body image*yang kemudian akan mempengaruhi kepuasan tubuh seseorang (Sunarto, Sukanto dan Dianovinina, 2012).

D. Kerangka Teoritik

Masa remaja adalah masa transisi dari masa anak-anak ke dewasa.Pada masa remaja konformitas merupakan ciri-ciri yang paling penting.Konformitas dapat terjadi dalam beberapa bentuk dan mempengaruhi aspek-aspek kehidupan remaja. Konformitas muncul ketika individu meniru sikap atau tingkah laku orang lain dikarenakan tekanan yang nyata maupun yang dibayangkan oleh mereka. tekanan dari

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

masyarakat biasannya bermula dari adanya harapan sosial. Remaja belajar apabila ingin mendapatkan respek dari orang lain, penghargaan, dan cinta, mereka harus mampu memenuhi harapan sosial ini (Santrock, 1998).

Faktor fisik dan budaya tertentu mempengaruhi kepopuleran remaja. Remaja yang secara fisik menarik akan lebih popular dibandingkan dengan mereka yang tidak menarik (Kennedy, 1990, dalam Santrock, 1998). Penampilan menarik lebih ditekankan pada anak perempuan daripada anak laki-laki. Di masyarakat terjadi dualitas pembagian peran gender untuk laki-laki dan perempuan, yaitu pikiran (*mind*) dan tubuh (*body*). Laki-laki harus menonjolkan kemampuan pikirannya sedangkan wanita harus menonjolkan kelebihan tubuhnya.Wanita dan tubuhnya merupakan objek untuk dilihat dan dievaluasi dalam kaitannya untuk memenuhi norma-norma dan standar budaya di masyarakat.

Di masyarakat yang yang semakin dewasa ini, yang digunakan standart kecantikan seorang wanita adalah mereka yang memiliki badan langsing meskipun menurut kesehatan tidak ideal.Memiliki tinggi badan dan penampilan yang menarik.Remaja memiliki persepsi tentang dirinya, ada yang mempersepsikan dirinya negatif, ada pula yang mempersepsikan positif. Apalagi remaja membandingkan dirinya dengan orang lain atau artis yang ia idolakan.

Social comparison membuat individu belajar tentang makna dari kecantikan, bagaimana mereka harus berpenampilan, membandingkan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

penampilannya dengan standart kecantikan, dan memotivasi mereka untuk mengubah penampilannya sesuai dengan standar itu.Dalam perbandingan sosial, terdapat dua aspek.

Remaja putri yang membandingkan dirinya target (dalam hal ini teman sebaya atau model) belajar menerima informasi dan mengidentifikasi apa saja dari tubuhnya yang sudah sesuai atau belum sesuai dengan *role modelnya* itu. Apabila terdapat perbedaan dengan target, mereka berusaha keras untuk meningkatkan kemampuannya. Namun individu tidak dapat begitu saja meningkatkan kemampuannya untuk menyamai atau setidaknya mendekati target perbandingan, apalagi pada masa remaja akibat pengaruh hormon, lemak di tubuh remaja putrid bertambah, pinggul mereka menjadi lebih lebar dan pada sebagian di antara mereka mulai timbul jerawat di wajah. Pada akhirnya ini akan berpengaruh pada *body image* seseorang.

Body image merupakan aspek penting dari representasi diri dan evaluasi diri. meskipun citra tubuh merupakan konsep multidimensi, tetapi seringkali diartikan sebagai pengalaman subjektif individu tentang tubuhnya yang berisi persepsi, pikiran dan perasaan, dan sikap individu terhadap tubuhnya baik tubuh secara keseluruhan maupun bagian perbagian seperti ukuran tubuh (*size*), bentuk tubuh (*shape*) dan nilai estetisnya (Cash dan Pruzinsky, 2002).

Body image ini dapat bersifat positif ataupun negatif.Orang yang memiliki citra tubuh positif akan memiliki kepuasan tubuh (*body image*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

satisfaction) yang tinggi. Orang yang puas akan merasa nyaman dan percaya diri di lingkungan sosialnya. Sedangkan orang yang memiliki *body image* akan memiliki kepuasan kepuasan *body image* yang rendah. Mereka akan mengalami hambatan sosial, rendahnya harga diri, juga kecemasan (Cash dan Flemming 2002, dalam Cash dan Pruzinsky, 2002).

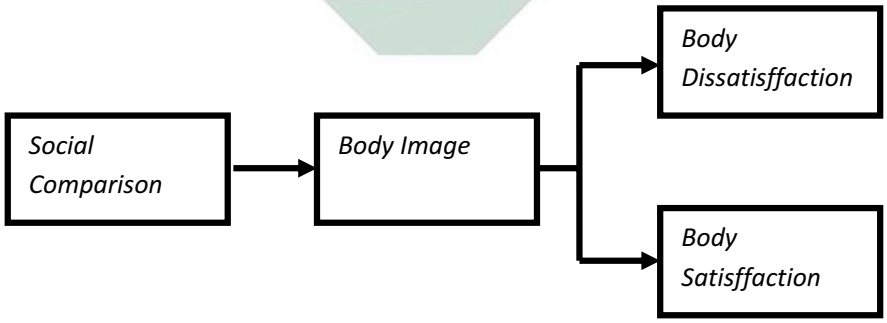
Papalia & Olds 2008, menyatakan bahwa remaja yang memiliki persepsi positif terhadap *body image* lebih mampu menghargai dirinya. Individu tersebut cenderung menilai dirinya sebagai orang dengan kepribadian cerdas asertif dan menyenangkan.Perubahan fisik karena pubertas dapat membuat kaum remaja diliputi perasaan tidak pasti dan takut yang menyebabkan mereka cenderung berpikir negative. Dacey dan Kenny (2004) mengemukakan bahwa persepsi negatif remaja terhadap *body image* akan menghambat perkembangan kemampuan interpersonal dan kemampuan membangun hubungan yang positif dengan remaja lian. Para remaja seringkali rentan terhadap perasaan negatif ketika mereka merasa bahwa mereka ditolak oleh teman sebaya. Bagi remaja yang bentuk tubuhnya tidak ideal sering menolak kenyataan perubahan fisiknya sehingga mereka tampak mengasingkan dirinya karena merasa minder dan bagi remaja yang menerima perubahan fisik yang terjadi pada dirinya menganggap hal tersebut merupakan suatu hal yang wajar karena memang akan dialami oleh semua orang yang melalui pubertas. Rasa minder itu timbul karena remaja menyadari bahwa daya tarik fisik berperan penting dalam hubungan sosial.Remaja menyadari bahwa yang menarik biasanya

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mendapat perlakuan lebih baik daripada mereka yang kurang menarik (Hurlock, 1999).

Semakin sering seorang wanita membandingkan tubuhnya dengan wanita lain menyebabkan mereka tidak puas dengan tubuhnya atau memiliki*body image* negatif (Tylka & Sabik, 2010). Begitupun sebaliknya semakin tidak sering seorang wanita membandingkan tubuhnya dengan wanita lain menyebabkan merekapuas dengan tubuhnya atau memiliki *body image* positif. Hal ini sesuai dengan pernyataan Jones (2001) bahwa *social comparison*merupakan salah satu faktor yang cukup penting dalam pembentukan*body image*yang kemudian akan mempengaruhi kepuasan tubuh seseorang (Sunarto, Sukanto dan Dianovinina, 2012).

Dari penjelasan kerangka teoritik di atas maka didapat di gambarkan sebagai berikut:



E. Hepotesis

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Berdasarkan kerangka teoritik tersebut di atas maka hipotesis yang digunakan adalah terdapat hubungan negatif antara*social comparison* dengan *body image* pada remaja putri

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id